

障害福祉に関する講座や研修、イベントなどの情報紙！

# いべんとアラカルト 5月号



発行 北九州市障害福祉情報センター

〒804-0067 北九州市戸畑区汐井町 1-6 ウェルとばた 6階  
公益社団法人北九州市障害福祉ボランティア協会内  
TEL 093-882-7721 FAX 093-882-6771  
Eメール johocenter@ksvk.jp  
ホームページアドレス <http://www.ksjc.jp/>

★毎月20日までに情報をいただきますと、翌月1日発行の「いべんとアラカルト」に掲載します。  
※紙面の都合上、ご希望に沿えない場合もあります。

北九州市障害福祉情報センター

検索

## ◆第59回アヴァンセ定例懇話会

テーマ『家族（当事者）は話したい、聞きたい』

日時 5月7日（土）10時～12時

会場 東部障害者福祉会館 研修室6AB

（戸畑区汐井町 1-6 ウェルとばた6階）

内容 定例懇話会は『家族（当事者）は話したい、聞きたい』を一貫したテーマとして掲げ、家族に出してもらった日頃の思いや疑問に対して、関係者がそれぞれの立場と経験から応える形で意見交換を開催します。当事者家族の不安解消だけでなく、関係者との相互理解を深めることも目的としています。関係者が多ければ、それだけ内容も深まります。

※見学をご希望の方は事前にご相談ください。

※感染に留意し開催する予定ですが、状況によっては中止または、延期になる場合がございます。

参加費 100円（飲み物は各自ご用意下さい！）

問合せ先

アヴァンセ北九州事務局（倉重クリニック内）

TEL：093-582-1063

FAX：093-582-1064

携帯：090-7984-1952（内園）

070-5693-8971（中前）

## ◆難聴者の生活相談

日時 5月8日～31日（毎週火、日）

10時～16時

会場 北九州市難聴者・中途失聴者協会 事務所

（戸畑区汐井町 1-6 ウェルとばた6階）

\*都合の悪い方は、日時・場所など調整いたします。

内容 聞こえやコミュニケーション、仕事や学校、対人関係の悩みなど社会生活上の必要な情報提供や支援を行っています。秘密厳守します。

対象者 難聴者・中途失聴者・関係者

参加費 無料

申込・問合せ先 北九州市難聴者・中途失聴者協会

FAX/TEL：093-883-3113

（電話対応は火曜日のみ可）

HP: <http://ktqnancho.blogspot.com/>

## ◆福岡県網膜色素変性症協会（JRPS 福岡）

日時 5月8日（日）13時30分～16時30分

会場 西部障害者福祉会館 502・503号室

（八幡西区黒崎3丁目15-3 コムシティ5階）

内容 今回は医療・福祉情報や日常生活での困ったこと・楽しかった事やその他、いろいろな事を話題にして楽しい有益なおしゃべり交流会にしたいと思っております。

みなさん、思う存分いっぱいのおしゃべりをして楽しくスッキリした気持ちで帰れるようにしましょう。

参加自由です。多くの参加をお待ちしております。

参加費 無料

問い合わせ先

福岡県網膜色素変性症協会（JRPS 福岡）

携帯：090-9562-2768（三小田【さんこだ】）

## ◆障害のある人のためのプログラム体験会

日時 5月13日（金）14時～15時

5月27日（金）14時～15時

会場 LITALICO ワークス北九州

（戸畑区中本町 8-14 FARO 戸畑駅前ビル 404）

内容 就職を目指す障害のある方へ LITALICO ワークスが提供しているプログラムなどの「体験会」を無料で開催しています。また、就職活動の不安や相談、働くうえでの困りごとなどお気軽にご相談ください。ご本人だけではなく、ご家族からのご相談も受け付けております。

対象者 各種障害のある方またはその家族  
（手帳の有無は問いません）

定員 4名（定員を超えた場合は、別日をお願いすることがあります）

参加費 無料

申込方法 要予約です。下記へご連絡ください。

申込・問合せ先

障害福祉サービス 就労移行支援事業所

LITALICO ワークス北九州

TEL: 093-873-7488 FAX: 093-873-7487

## ◆北九州市障害者スポーツセンター

### 「アレアス」主催のスポーツ教室

① 障害者スポーツリハビリ専門相談

日時 5月15日(日) 10時~12時

定員 2名(要予約)

対象者 各種障害のある方

募集期間 5月1日(日)~5月9日(月)



② 障害者スポーツなんでも相談

「スポーツをやってみたいけれど、何から始めればよいか分からない」「自分に何が出来るのだろうか…」「アレアスの使い方を知りたい」・・・なんでも構いません。まずはお気軽にお電話ください。

日時 相談のうえ決定します。

定員 なし

対象者 各種障害のある方

募集期間 随時

※詳細についてはお電話でお問い合わせください。



#### ①・②共通事項

申込・問合せ先

北九州市障害者スポーツセンター「アレアス」

(北九州市小倉北区三郎丸3-4-1)

TEL: 093-922-0026

FAX: 093-922-0041

H P: www.kitakyushu-ssc.jp

## ◆障害者社会参加推進センターの講座

### 「ヤングケアラーの現状と支援」

日時 5月21日(土) 10時~12時

会場 東部障害者福祉会館 研修室6ABとオンライン(zoom)

(戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた6階)

内容 障害や病気のある家族のケアをする子どもや若者の現状を知り、支援のあり方、寄り添い方を考えます。

定員 会場 15名(先着)、オンライン 20名

対象者 障害福祉サービス事業関係者、支援者など

申込締切日 5月18日(水)

申込方法 下記へご連絡ください。

申込・問合せ先

北九州市障害者社会参加推進センター(担当 大久保)

TEL: 093-883-5554

FAX: 093-883-5551



## ◆西部障害者福祉会館の講座

### ①がま口作り講座

日時 6月3日(金) 10時~12時

会場 西部障害者福祉会館 工芸室

(八幡西区黒崎3丁目15-3 コムシティ5階)

内容 糸縫いで出来る、がま口(お財布)を作ります。

講師 諸岡 玲子氏

(日本手芸普及協会パッチワーク認定講師)

定員 8名(抽選)

参加費 材料代として700円

申込締切日 5月23日(月)

### ②ブルーベリーのレアチーズケーキ作り

日時 6月5日(日)

午前の部 10時30分~12時30分

午後の部 13時30分~15時30分

会場 西部障害者福祉会館 料理講習室

(八幡西区黒崎3丁目15-3 コムシティ5階)

内容 ブルーベリーをトッピングしたレアチーズケーキを作ります。

講師 林 茂樹氏(手作りお菓子のはやし屋)

定員 午前8名 午後8名(抽選)

参加費 材料代として1,000円

申込締切日 5月25日(水)

### ③楽しく学ぶハッピーカラーレッスン

日時 6月6日、7月11日、8月8日、

9月12日、10月3日(毎月月曜日)

13時30分~15時30分 全5回

会場 西部障害者福祉会館 503会議室

(八幡西区黒崎3丁目15-3 コムシティ5階)

内容 意識する・しないに関わらず、毎日の生活の中での色との付き合い方は様々。

この講座では、先ずはその色の成り立ちを科学的に知って、そして様々な衣食住でのシーンに色の力を積極的に活かしていく方法を学びます。今まで、何気なく見て使ってきた色の知識を深め、今まで以上に色に関心をもって頂き、そして心豊かに元気で笑顔になっていただきます。

#### 【各回の概要】

①6月6日: 色って、なあに?

②7月11日: 生活を豊かにする色の効果効能

③8月8日: パーソナルカラー似合う色の見つけ方

④9月12日: パーソナルカラーの診断方法

⑤10月3日: 今日から私もプチカラーセラピスト

講師 梶屋 玲子氏(ハッピーカラー主宰)

(カラーセラピスト、アートワークセラピスト  
心理学インストラクター)

定員 15名(抽選)

参加費 全5回分の材料費として300円



#### ④健康そーらん

日時 6月11日、7月9日、8月6日、9月3日、  
10月8日（毎月土曜日） 全5回  
13時30分～15時  
※10月8日のみ10時30分～12時  
場所 西部障害者福祉会館 503会議室  
（八幡西区黒崎3丁目15-3 コムシティ5階）  
内容 健康そーらんは、身体の各部を効果的に動かす、  
効果検証されたプログラムです。元気の出る音  
楽に合わせて楽しく身体を動かしましょう。  
講師 ちーむ・レク☆さす  
定員 15名（抽選）  
参加費 無料  
申込締切日 6月1日（水）

#### ⑤アメリカンマフィンを作ってみよう

日時 7月3日（日）  
午前の部 10時30分～12時30分  
午後の部 13時30分～15時30分  
場所 西部障害者福祉会館 料理講習室  
（八幡西区黒崎3丁目15-3 コムシティ5階）  
内容 外はカリッと。中はしっとり。季節のフルーツ  
やチョコを使って色々な味のマフィンを作ります。  
講師 林 茂樹 氏（手作りお菓子のはやし屋）  
定員 午前8名 午後8名（抽選）  
参加費 材料費として1,000円  
申込締切日 6月23日（木）

#### ①～⑤共通事項

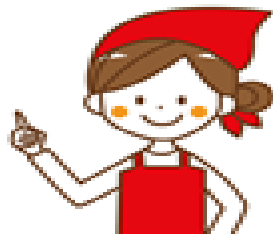
対象者 市内在住か勤務している障害のある方  
対象者 市内に在住か勤務している障害のある方  
申込方法

下記へお申込みください。聴覚障害のある方は  
FAXに講座名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、  
連絡先を記入してお申込みください。

必要な合理的配慮がありましたら申込み時にお伝  
えください。（要約筆記、手話通訳、資料のデータ化、  
点字化、見守り、介助など）当日は、スタッフが  
いますので安心してご参加ください。

申込・問合せ先

北九州市立西部障害者福祉会館 担当 岩永  
TEL：093-645-1300  
FAX：093-645-1600  
メール [s-koza@kita9-s.com](mailto:s-koza@kita9-s.com)



#### ◆東部障害者福祉会館の講座

#### ①珈琲の美味しい入れ方～自分の好きを見 つけよう～

日時 6月11日（土）10時～11時30分  
会場 東部障害者福祉会館 調理室  
（戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた7階）  
内容 同じ豆でも淹れ方で味が違います。お家で自分  
好みの美味しい珈琲を入れてみませんか？  
定員 8名（抽選）  
参加費 材料代 500円  
申込 5月1日（日）～5月26日（木）

#### ②アフタヌーンティー教室

日時 6月19日、7月17日、8月21日（日曜日）  
10時～12時 全3回  
会場 東部障害者福祉会館 調理室  
（戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた7階）  
内容 アフタヌーンティーを手軽に楽しみません  
か？スコーンやパウンドケーキなどを作ります。  
アフタヌーンティーでイギリス気分♪♪♪  
定員 6名（抽選）  
参加費 材料代 2,100円（3回分）1回700円  
※1回ずつ材料代を集めます。  
申込 5月1日（日）～6月4日（土）

#### ③チョワヨ！ 韓国料理教室

日時 6月26日（日）10時～12時  
会場 東部障害者福祉会館 調理室  
（戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた7階）  
内容 チョワヨ！料理で韓国文化に触れてみませんか？  
今回は、チヂミ・キンパ・ナムルを作ります。  
定員 8名（抽選）  
参加費 材料代 800円  
申込 5月15日（日）～6月10日（金）



#### ①②③共通事項

対象者 市内に在住か勤務している障害のある方  
申込方法 下記へお申込みください。聴覚障害のある  
方はFAXに講座名、郵便番号、住所、  
氏名（ふりがな）、連絡先を記入してお申  
込みください。また、必要な合理的配慮が  
ありましたら申込み時にお伝えください。  
（要約筆記、手話通訳、資料のデー  
タ化、点字化、見守り、介助など）当日は、  
スタッフがいますので安心してご参加く  
ださい。

申込・問合せ先

北九州市立東部障害者福祉会館  
TEL：093-883-5550 FAX：093-883-5551



## ◆タナカさん絵画展

①日時 5月3日(火)～4日(水)  
12時～17時

会場 HERB CAFE Poca Poca  
(門司区清滝 4-4-6 TEL: 080-5268-5755)

②日時 5月19日(木)～28日(土)  
11時～16時 日・月・火定休

会場 café à table  
(戸畑区天籟寺 1-4-12 TEL: 093-884-9185)

③日時 6月1日(水)～11日(土)  
10時～18時 月定休・日不定休

会場 lima poepoe  
(門司区柳町 1-4-15-106 TEL: 090-7537-4711)

※各店舗のお休みは、直接ご確認ください。

内容 ほんわかしたイラストで、日常の風景を描く  
田中康弘さんの個展です。

居心地の良い空間で、ホッとするとときを  
お過ごしてください。

参加費 無料

申込・問合せ先

北九州市身体障害者福祉協会アートセンター  
(担当：松崎、井本)

TEL：093-883-5558

FAX：093-883-5551



## ◆点字図書館の視覚障害者生活教室

### フラワーアレンジメント講座

日時 6月5日(日) 13時30分～15時30分

会場 東部障害者福祉会館 研修室 6A  
(戸畑区汐井町 1-6 ウェルとばた 6階)

内容 季節の花を使って、花束をアレンジします。  
※はさみ、タオルをご持参ください。

対象者 視覚に障害のある人

申込期間 5月18日(水)から

定員 9名(先着)

参加費 材料代 1,000円

申込・問合せ先

北九州市立点字図書館

TEL: 093-645-1210 FAX: 093-645-1601



## ◆あなたの一步を応援する講座

### 「事前説明会」のお知らせ

日時 6月12日(日) 13時30分～15時

会場 生涯学習総合センター

(小倉北区大門一丁目 6-43)

内容 ひきこもり状態、対人の難しさなど、さまざま  
な生きづらさを感じている『女性のための講座』  
です。

講座期間 6月26日(日)～8月21日(日)  
全8回(毎週日曜日)

対象者 ひきこもり・生きづらさに悩む女性

定員 10名

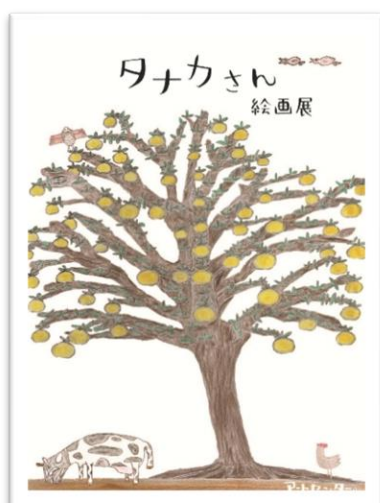
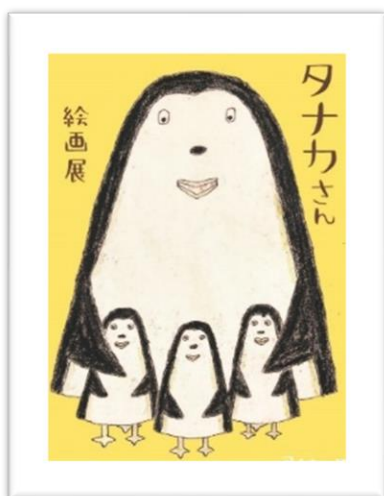
参加費 2,000円(材料、資料代など)

※事前説明会の参加費は無料です。

申込・問合せ先 北九女子一歩会 事務局 西本

TEL: 090-6366-9048

メール: [kitazyo@gmail.com](mailto:kitazyo@gmail.com)



### 障害福祉いべんとアラカルトは パソコンでも読めます!

#### 1. 電子メール(無料)

ご希望の方は、「いべんとアラカルト希望」と  
明記のうえ、情報センターのアドレス

[johocenter@ksvk.jp](mailto:johocenter@ksvk.jp)

まで、メールをお送りください。

#### 2. ホームページ

アドレスは、<http://www.ksjc.jp/> です。